

# FORMATION

## MIEUX SE CONNAÎTRE POUR MIEUX COMMUNIQUER



### DESCRIPTION

➡ Vous êtes un particulier ou un professionnel souhaitant mieux se connaître ?

**Savoir remonter son énergie et diminuer son stress.**

➡ Vous voulez améliorer votre communication et mieux fonctionner en collectif ?

**Comprendre pourquoi, malgré vos efforts, parfois ça coince.**

➡ Vous cherchez à évoluer et vous sentir plus aligné avec qui vous êtes ?

**Devenez qui vous êtes !**

### OBJECTIFS

- Découvrir les **6 types de personnalité** du modèle ComColors (qualités, motivation, comportement sous stress, filtres de perception).
- Reconnaître sa couleur de personnalité : son type de **motivation**, son **environnement favorable**, son chemin de descente en **stress**.
- Mieux **comprendre les autres**: Les incompréhensions possibles entre les différentes couleurs de personnalité.

### Tarifs

**1100€/pers**

pour les entreprises

**650€/pers**

pour les particuliers et indépendants



### DATES

30 juin et 1er juillet



### DURÉE

2 jours  
(2x7heures)



### LIEU

Auch



### PRÉREQUIS

Aucun



### PUBLIC

Particulier, manager, collectif de travail, indépendant.

**CONTACT**  
marie@en-quetedesens.fr  
**OU PAR TÉLÉPHONE**  
06.11.24.67.37

## CONTENU DE LA FORMATION

- Les positions de vie
- les couleurs de personnalité
- Présentation vidéo de chaque couleur de personnalité et grilles d'identification
  - découvrir le type Orange
  - découvrir le type Bleu
  - découvrir le type Violet
  - découvrir le type Rouge
  - découvrir le type Vert
  - découvrir le type Jaune
- L'environnement favorable de chaque couleur
- Les filtres de perception et de communication
- Les comportements sous stress
- La motivation par couleur
- Validation des profils des participants

## MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Présentation d'extraits vidéos
- Exemples et anecdotes variés proposés par l'intervenante pour chaque type de personnalité
- Quizz interactifs
- Profil de personnalité remis à chaque participant

## MODALITES

**Evaluation:** auto-évaluation des acquis

**Sanction finale:** attestation de fin de formation (remise au stagiaire à l'issue de la formation)

**Accessibilité:** formation en présentiel. Accessibilité pour les personnes à mobilité réduite et aménagement possible en fonction du type de handicap (prévenir avant le début de la session)

## INTERVENANTE



Marie Lequime, psychologue du travail et formatrice en innovation organisationnelle et dynamique d'équipe.

Certifiée au modèle ComColors en 2021, j'accompagne en formation, en entretien individuel et en séminaire d'entreprise, les personnes à découvrir leur couleur de personnalité et celles des autres.